

942 07 77 77

INFORMACIÓN E INSCRIPCIONES



### Centro Cívico Callealtero

Martes de 11:00 a 13:00 / 17:00 a 19:00

Jueves de 11:00 a 13:00

*Calle Alta, 81*

### Centro Cívico M<sup>a</sup>. Cristina

Lunes y Miércoles de 11:00 a 13:00

*Gral. Dávila, 124*

### PLAZO DE INSCRIPCIÓN

Del 5 al 15 de Abril de 2010

### ADJUDICACIÓN DE LAS PLAZAS

Se realizará por sorteo. Todas las personas tendrán las mismas oportunidades con independencia del día de inscripción. El sorteo será público y se realizará el día 16 de Abril a las 11 de la mañana en el Centro Cívico M<sup>a</sup> Cristina.

Puede solicitar que le enviemos mensualmente, por correo electrónico, la programación de actividades, desde nuestra nueva página web

[www.mujerplus.es](http://www.mujerplus.es)

en la que además podrán encontrar toda la información sobre los cursos y talleres que se van a realizar, descargarse el programa mensual de actividades, ver fotos, hacer sugerencias, etc.



942 07 77 77

INFORMACIÓN E INSCRIPCIONES

ABRIL  
2010



PROGRAMA DE ACTIVIDADES

MUJER PLUS

PROGRAMA DE PROMOCIÓN DE LA MUJER  
a partir de 50 años

## AROMATERAPIA

Los aceites esenciales de diferentes plantas han sido usados para propósitos terapéuticos desde hace cientos de años. Chinos, hindúes, egipcios, griegos y romanos usaron los aceites esenciales en cosméticos, perfumes y medicinas. La aromaterapia, al igual que la terapia floral, va encaminada a fortalecer las capacidades del organismo de autocuración. Por un lado nos relaja, y por otra parte, estimula la alegría de vivir.

**CENTRO CÍVICO CALLEALTERO**

MIÉRCOLES

17:00 - 18:30

## MUSICOTERAPIA

Los efectos curativos de la música se conocen desde tiempos inmemoriales. En este taller se adquieren herramientas y recursos para lograr cambios físicos y emocionales en las personas, mejorar el bienestar personal, desarrollar la creatividad, mejorar el aprendizaje, las relaciones interpersonales y para el manejo del estrés.

**CENTRO CÍVICO MARIA CRISTINA**

MIÉRCOLES Y VIERNES

17:30 - 19:00

## INICIACIÓN AL MASAJE

Los masajes son una experiencia relajante y terapéutica. Durante el masaje logramos relajar mente y cuerpo y nuestra energía vital aumenta. En este taller a través de explicaciones teóricas y ejercicios prácticos, conoceremos los distintos tipos de masaje, sus indicaciones, contraindicaciones y beneficios.

**CENTRO CÍVICO CALLEALTERO**

LUNES

17:00 - 19:00

## VISITA CULTURAL AL MUSEO DEL AGUA

Inscripción previa - Plazas limitadas

23 de Abril de 2010

## SALIDA DIDÁCTICA: PLANTEMOS UN ARBOL

Inscripción previa - Plazas limitadas

27 de Abril de 2010

ACTIVIDADES ABRIL 2010